

中国国家旅游 杂志出品
CHINA NATIONAL TRAVEL

中国
印象

中国最美 100文化游

(最新超值版)

马琴◎编著
棕榈树编辑部◎审校

科学出版社

1507496

中国
印象

淮陰師範學院
圖書館藏章

中国最美 100文化游

(最新超值版)

马琴◎编著
棕榈树编辑部◎审校

馆藏



淮阴师范学院图书馆 1507496

科学出版社
北京

内 容 简 介

本书包括名山文化胜地、名人故居胜地、古城文化胜地、古镇文化胜地、寺院文化胜地、宗教文化胜地、古建筑文化胜地、园林文化胜地和历史遗迹文化胜地九个部分。全书收录 400 多张精美图片，用优美的文字讲解中国最具文化特色的 100 个地方。每个地方详细介绍了文化历史、特色景点、美丽传说、民俗风貌、人文情怀以及出行指南等内容。无论是想要走出去的旅游爱好者，还是热爱祖国大好河山、拥有历史人文情怀的读者，本书都十分适用。

图书在版编目 (CIP) 数据

中国印象. 中国最美 100 文化游/马琴编著. —北京:
科学出版社, 2011. 4

ISBN 978-7-03-030236-6

I. ①中… II. ①马… III. ①旅游指南—中国
IV. ①K928. 9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 020825 号

责任编辑: 周晓娟 朱玉芬 马丹 / 责任校对: 杨慧芳
责任印刷: 华程 / 封面设计: 张世杰

科学出版社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

北京天颖印刷有限公司印刷

中国科技出版传媒股份有限公司新世纪书局发行 各地新华书店经销

*

2013 年 3 月 第 二 版 开本: 16 开

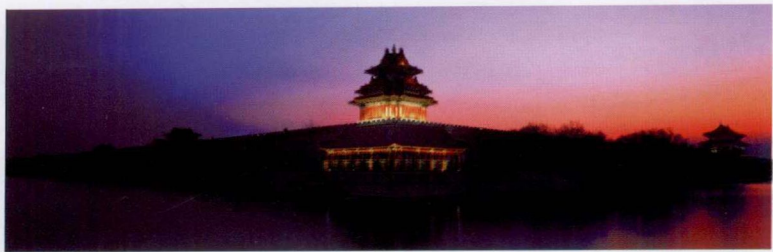
2013 年 3 月 第一次印刷 印张: 20.25

字数: 150 000

定价: 39.80 元

(如有印装质量问题, 我社负责调换)

前言



从风景中体验文化的韵味

Traveling to taste culture

中国是一个历史悠久、幅员辽阔的文明古国，在这片美丽的土地上，壮丽的山河湖海、丰富的文物古迹、绚丽的民族风情、悠久的历史、文化，无不让人心驰神往，驻足流连。一段段经久沉淀的美好记忆，弥足珍贵，且品且香……

如果你没有时间亲临这些胜地，体验它的美丽，那么你可以选择本书。这本“中国印象”系列的《中国最美100文化游》，通过读者投票，精心挑选了大家公认最美的100个文化游胜地。本书用优美的文字和大量精美的图片，不仅为读者再现了美景，更从历史、文化、民俗、美食等多个角度分享了胜地的逸闻趣事。每个地方都承载着一个美丽的传说，每处美景都传递着一段有趣的过往，美不仅仅在于当下，更在于背后的人文依托。“最美”的涵义也因文化历史的传承而历久弥香。

本书每处美景都新增了贴心的TIPS，涵盖了实用的交通、观光、美食和购物信息。便捷的交通路线，帮你省时省力；优质的观光景点，让你尽情畅游；地道的美食搜罗，让你大饱口福；丰富的特产推荐，让你满载而归。此外，本书还精心挑选大量美图（部分图片由网友和微图网提供），图文并茂地为你呈现最美的风景。

希望本书全方位的精彩内容可以带你完成心中的最美之旅。

作者

2013年1月于青海

F 名山文化 amous Mountain

010 武夷山

探寻闽越古风，朱子理学

历史上的武夷山

探寻武夷山

013 玉龙雪山

北半球最南的大雪山

历史上的玉龙雪山

仰望玉龙雪山

016 稻城三神山

藏传佛教圣地，每一个藏人的夙愿

历史上的稻城三神山

漫游稻城三神山

019 华山

奇险天下第一山

历史上的华山

攻克华山

022 庐山

匡庐奇秀甲天下

历史上的庐山

徜徉庐山

025 黄山

天高云淡的写意之族

历史上的黄山

梦游黄山

028 泰山

会当凌绝顶，一览众山小

历史上的泰山

登临泰山

031 梅里雪山

藏传佛教的圣山

历史上的梅里雪山

膜拜梅里雪山

034 恒山

北岳之尊，道教圣地

历史上的恒山

玩转恒山

037 四姑娘山

远古的秘境，人世间的净土

历史上的四姑娘山

恋上四姑娘山

T 名人故居 The Notable Former Residence

042 郭沫若故居

《女神》之父的伊甸园

历史上的郭沫若故居

拜读郭沫若故居

045 鲁迅故居

民族魂从这里出发

历史上的鲁迅故居

感悟鲁迅故居

048 沈从文故居

“乡土文学之父”的精神家园

历史上的沈从文故居

怀念沈从文故居

051 蒲松龄故居

“人鬼情未了”故事的发源地

历史上的蒲松龄故居

感受蒲松龄故居

054 王羲之故居

赏书法，思前贤

历史上的王羲之故居

鉴赏王羲之故居

057 曹雪芹故居

红楼梦中的歌息之所

历史上的曹雪芹故居

品味曹雪芹故居

060 陶渊明故居

田园诗人的世外桃源

历史上的陶渊明故居

回味陶渊明故居

063 杜甫草堂

安得广厦千万间

历史上的杜甫草堂

吟诵杜甫草堂

066 白居易故居

“诗魔”灵魂的归宿

历史上的白居易故居

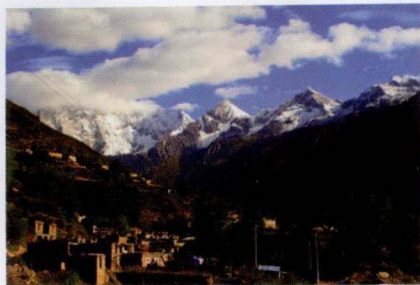
品读白居易故居

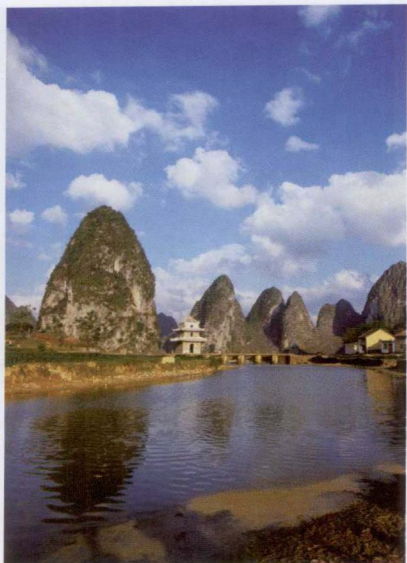
069 柳永纪念馆

多情自古伤离别

历史上的柳永纪念馆

感悟柳永纪念馆





古城文化 Id City

074 镇远

淡雅清幽，水墨晕染
历史上的镇远
漫游镇远

077 丽江

宁静古朴，淡雅别致
历史上的丽江
留恋丽江

080 平遥

华夏文明的摇篮
历史上的平遥
感受平遥

083 徽州古城

徽派建筑特色与文化内涵
历史上的徽州
感知徽州

086 阳朔

阳朔山水甲桂林
历史上的阳朔
徜徉阳朔

089 景德镇

青花瓷里的风景
历史上的景德镇
品鉴景德镇

092 西昌

浪漫月城，与嫦娥共舞
历史上的西昌
游览西昌

095 阆中

川北重镇，巴国国都
历史上的阆中
观光阆中

098 山海关

一夫当关万夫莫开
历史上的山海关
追忆山海关

101 丰都鬼城

神秘鬼文化之旅
历史上的丰都鬼城
探寻丰都鬼城

古镇文化 Id Town

106 黄姚

偷得浮生半日闲
历史上的黄姚
漫步黄姚

109 喀纳斯湖畔古村落

体验图瓦人的牧居生活
历史上的喀纳斯湖畔古村落
恋上喀纳斯湖畔古村落

112 婺源

和谐天成，山水国画
历史上的婺源
沉醉婺源

115 同里

东方小威尼斯
历史上的同里
闲游同里

118 西塘

生活着的千年古镇
历史上的西塘
信步西塘

121 乌镇

鱼米之乡，丝绸之府
历史上的乌镇
走近乌镇

124 长汀

客家首府，红色摇篮
历史上的长汀
畅游长汀

127 周庄

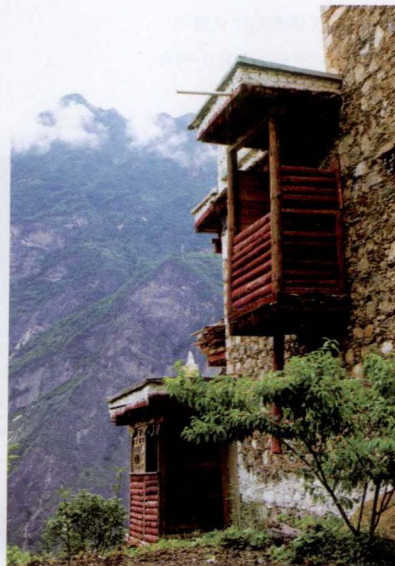
世界最具魅力的水乡
历史上的周庄
品味周庄

130 赤坎古镇

迎面吹来的西洋风
历史上的赤坎古镇
发现赤坎古镇

133 丹巴藏寨

桃花三月醉在春光烂漫时
历史上的丹巴藏寨
探索丹巴藏寨





T 寺院文化 Temple

138 大昭寺

1300多年历史的佛教圣地

历史上的大昭寺

感悟大昭寺

141 少林寺

禅武合一，博大精深

历史上的少林寺

拜访少林寺

144 塔尔寺

宗喀巴大师的诞生地

历史上的塔尔寺

观摩塔尔寺

147 拉卜楞寺

藏传佛教的文化瑰宝

历史上的拉卜楞寺

神游拉卜楞寺

150 大慈恩寺

雁塔文化，光耀古城

历史上的大慈恩寺

膜拜大慈恩寺

153 芮城永乐宫

中国寺观壁画典藏

历史上的永乐宫

瞻仰永乐宫

156 佳县白云观

看白云山之神，知天下之神

历史上的白云观

漫游白云观

159 楼观台

楼观古道，道教圣地

历史上的楼观台

漫步楼观台

162 大兴善寺

密宗发源地

历史上的大兴善寺

追忆大兴善寺

165 法门寺

释迦牟尼真身舍利

历史上的法门寺

解密法门寺

R 宗教文化 Religion

170 五台山

一部佛国史，百座艺术宫

历史上的五台山

登临五台山

173 普陀山

海天佛国，独树一帜

历史上的普陀山

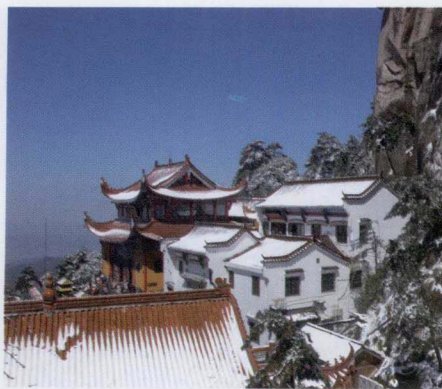
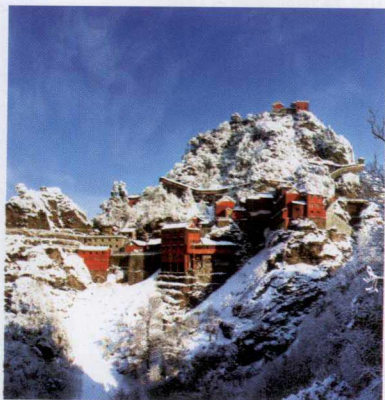
徜徉普陀山

176 九华山

独具特色的地藏文化

历史上的九华山

见证九华山



179 天台山

神秀山水，三教互融

历史上的天台山

信步天台山

182 武当山

独树一帜的道教文化

历史上的武当山

亲临武当山

185 峨眉山

千载峨眉山，绝美峨眉湖

历史上的峨眉山

寻访峨眉山

188 崆峒山

神州西来第一山

历史上的崆峒山

攀登崆峒山

191 绵山

清明节的发源地

历史上的绵山

登临绵山

194 三清山

清绝尘嚣天下无双福地

历史上的三清山

畅游三清山

197 龙虎山

道教文化，碧水丹山

历史上的龙虎山

祈福龙虎山

A 古建筑文化 Ancient Structure

202 康百万庄园

豫商文化的精髓典范
历史上的康百万庄园
游玩康百万庄园

205 米脂姜氏庄园

窑洞古城的风情
历史上的姜氏庄园
品味姜氏庄园

208 烟台蓬莱阁

散落凡间的美妙仙境
历史上的蓬莱阁
走进蓬莱阁

211 西安钟鼓楼

最大、保存最完整的钟鼓楼
历史上的钟鼓楼
聆听钟鼓楼

214 宏村

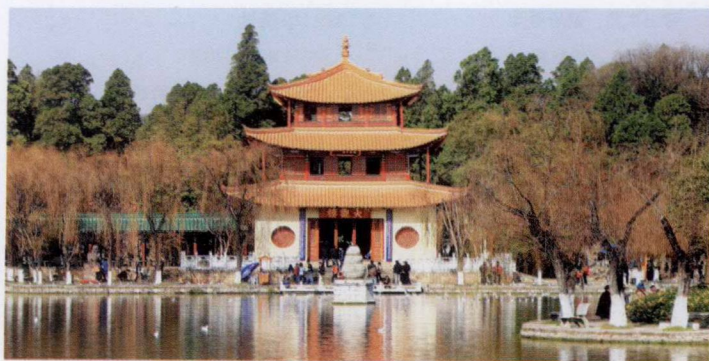
中国画里的乡村
历史上的宏村
泼墨宏村

217 黄鹤楼

天下江山第一楼
历史上的黄鹤楼
驾临黄鹤楼

220 开平碉楼

建筑艺术奇葩，中华文化一绝
历史上的开平碉楼



探索开平碉楼

223 大邑刘氏庄园

川西民俗传统文化大观园
历史上的刘氏庄园
漫步刘氏庄园

226 皇城相府

自然山水画，东方古城堡
历史上的皇城相府
游历皇城相府

229 滕王阁

赣文化的制高点
历史上的滕王阁
瞻仰滕王阁

232 乔家大院

寻觅晋商文化
历史上的乔家大院
品味乔家大院

235 王家大院

华夏民居第一宅
历史上的王家大院
信步王家大院

238 福建土楼

地球上的UFO
历史上的福建土楼
印象福建土楼

241 永济鹳雀楼

欲穷千里目，更上一层楼
历史上的鹳雀楼
登临鹳雀楼

244 昆明大观楼

绝世长联，中国名楼
历史上的大观楼
亲历大观楼

G 园林文化 Garden

248 拙政园

中国园林之母
历史上的拙政园
揭秘拙政园

251 古莲花池

北方古代园林明珠
历史上的古莲花池
神游古莲花池

254 清晖园

如诗如画的梦幻仙境
历史上的清晖园
漫游清晖园

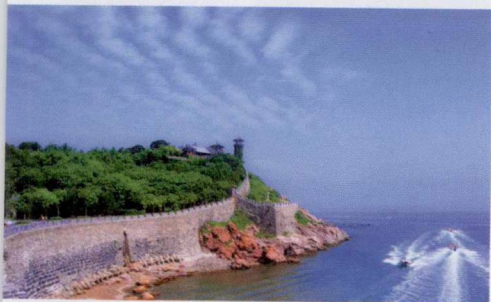
257 何园

中国晚清第一名园
历史上的何园
梦游何园

260 静思园

灵璧巨石“庆云峰”
历史上的静思园
铭心静思园

263 承德避暑山庄



帝王宫苑，避暑胜地
历史上的避暑山庄
邂逅避暑山庄

266 留园

中国著名古典园林
历史上的留园
漫步留园

269 苏州狮子林

国内尚存最大的古代假山群
历史上的狮子林
走近狮子林

272 颐和园

中国第一皇家园林
历史上的颐和园
追忆颐和园

275 个园

中国园林的孤例
历史上的个园
拜访个园

280 兵马俑

感受大秦帝国的神武
历史上的兵马俑
探索兵马俑

283 故宫

无与伦比的建筑杰作
历史上的故宫
解密故宫

286 长城

伟大的奇迹，中国的象征
历史上的长城
征服长城

289 拉萨布达拉宫

雪域高原的艺术殿堂
历史上的布达拉宫
膜拜布达拉宫

292 华清池

与杨贵妃共浴
历史上的华清池
畅想华清池

295 曲阜三孔

千年礼乐，儒学象征
历史上的曲阜三孔
追忆曲阜三孔

298 敦煌莫高窟

中国第一佛教圣地
历史上的敦煌莫高窟
悲叹敦煌莫高窟

301 云冈石窟

佛教艺术第一个巅峰时期的杰作
历史上的云冈石窟
探索云冈石窟

304 龙门石窟

现存窟龕数量中国之最
历史上的龙门石窟
采风龙门石窟

307 大足石刻

中国石窟艺术中的优秀代表
历史上的大足石刻
沉思大足石刻

310 黄帝陵

天下第一陵
历史上的黄帝陵
瞻仰黄帝陵

313 明十三陵

最大的地下皇陵建筑群
历史上的明十三陵
感悟明十三陵

316 清东陵

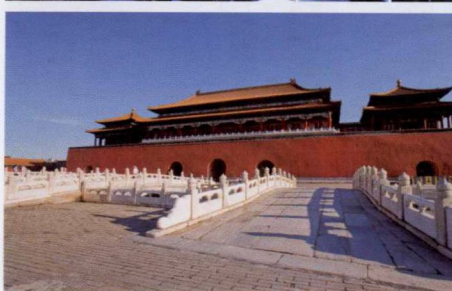
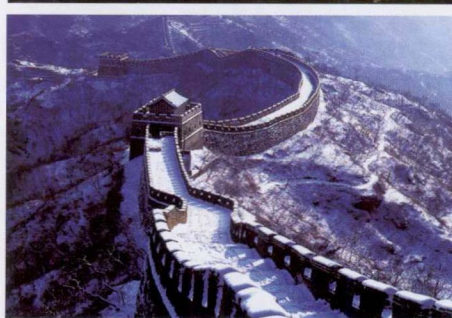
清朝帝王的地下天堂
历史上的清东陵
缅怀清东陵

319 成吉思汗陵

创世界皇陵十项之最
历史上的成吉思汗陵
探寻成吉思汗陵

322 西夏王陵

东方金字塔
历史上的西夏王陵
感受西夏王陵



历史遗迹文化
Historical Site

F 名山文化

Famous Mountain

仁者乐山，智者乐水，在山水之间，感受自然的美丽与智慧，浇胸中块垒……






武夷山

Wu yi shan >>>



探寻闽越古风、朱子理学

武夷山地处福建与江西两省交界处，是我国丹霞地貌的典型。这里山与水完美结合，人文与自然有机相融，以秀水、奇峰、幽谷、险壑和众多的文物古迹而享有盛名。

-  最佳旅游季：夏季
-  特色关键词：壮观 奇妙 文化
-  最适合人群：纵情山水的人，吟诗唱词的风雅之人

历史上的武夷山

武夷山地处中国福建省的西北部、江西省的东部，位于福建与江西两省的交界处，是一处集自然风光与人文景观于一体的风景名胜，山水风光和经典的文化内涵造就了武夷山的与众不同。

自古以来，武夷山一直以文化名山而著称，朱子理学就孕育于此。朱熹在此创办的“武夷精舍”书院是当时最有影响力的书院，武夷山也因此成为理学名山。

武夷山的古闽越族文化是古代文明的历史见证。早在4000多年前，就有先民在这里劳作生息，逐渐形成了国内外绝无仅有的“古闽族”文化和之后的“闽越族”文化，留下著名的“架壑船棺”、“虹桥板”以及汉代闽越王城遗址，极具历史研究价值。

▼ 站在天游峰一览台上可纵情饱览武夷“天游五绝”



探寻武夷山

武夷山丹霞地貌（有陡崖的陆相红层地貌称为丹霞地貌）是全国发育最为完全，保存同纬度最为完整的生态系统。这里有千姿百态的山，有九曲连环的水，游览武夷山，不仅能欣赏到绝美的风景，还能了解当地丰富的历史文化。

仙境天游峰

天游峰是一条由北向南延伸的岩脊，东接仙游岩，西连仙掌峰，悬崖峭壁林立，令人望而生畏。每当雨后初晴，天游峰便云雾缭绕，站在一览台上看云海，仿佛置身仙境，“天游”一名也由此而来。一



▲ 武夷有百转千回的水，千姿百态的山



览台位于景区的中心，在这里可以观看到日出、云雾、佛光、夕阳、明月，此为“天游五绝”。凭栏远眺，群峰点点；俯瞰九曲溪，溪水环绕，此情此景，美不胜收。

峰上有一条小溪沿崖壁流至峰谷，形成落差约120米的山泉。山中名木古树众多，常绿阔叶林郁郁葱葱，峰顶胡麻涧旁的石壁上有历代摩崖石刻近百处，其中最大一幅为《第一山》，是道光壬辰冬武显将军徐庆超题写的。明代著名地理学家徐霞客曾赞美此峰：“不临溪而能尽九溪之胜，此峰固应第一也。”

完美九曲溪

九曲溪发源于森林茂密的武夷山自然保护区，从西向东奔流，蜿蜒自如，山绕水转，水贯山行，可



▲ 九曲溪蜿蜒逶迤，引人入胜

谓曲曲含异趣，湾湾藏佳景。清澈的溪水是武夷山的灵魂，乘上古朴的竹筏，荡入山光水色之中，如融入神话般的境界，游人可领略到探奇之美，漂流之趣。

泛舟溪上，听溪水潺潺，动静结合，刚柔相济，别有一番滋味，让人流连忘返，有泛游仙境之感。1997年，钱其琛同志游览武夷山后感慨万千，欣然留下了“三峡雄伟壁立，漓江清碧秀丽，武夷山水，两者兼备，尽在其中”的赞美之语。

典故博士

——朱熹与丽娘的爱情故事

当年朱熹在隐屏峰下的武夷精舍讲学，并在此著书立传。一天夜里，他在天游峰下的小亭中独饮，忽见一位美丽女子，自称丽娘，于是相邀对饮。日久天长，情意渐浓。其实丽娘是一只千年狐妖所化，只是她爱上了朱熹，害怕失去他，一直不敢提及。后来，有一对乌龟精嫉妒丽娘的法力，趁丽娘外出之时，告诉朱熹丽娘是一只狐妖，不相信的话，晚上看她的鼻子就会发现玄机。朱熹虽不愿相信，也想探个究竟，夜里果然看见丽娘的鼻前挂着晶莹剔透的水晶条。

朱熹大惊，丽娘从梦中惊醒，水晶条掉在了地上，化为粉末。丽娘非常痛苦，掩面痛哭，告诉朱熹这是她千年修行的魂魄所在，如今魂魄没有了，她也只能离开。

在外看热闹的老乌龟夫妇窃笑不已，朱熹闻声而至，愤然拿起桌上的毛笔点了过去，于是就有了九曲溪畔的“上下水龟”。朱熹非常后悔，在后面一直追着丽娘，可是她再也不会回来了。

tips >>>

👣 怎么去：武夷山风景区距武夷山机场、火车站和市中心约10~20分钟车程，可乘坐5、6路公交车和市区到星村的旅游专线车，或乘出租车前往。

👁️ 观光：武夷山景区内值得一游的景点有天游峰、九曲溪和大红袍景区等。

🍽️ 美食：武夷山风景区内的青竹山庄是一家花园式的就餐之地，文公宴、野味宴和岚谷熏鹅是不容错过的武夷山名菜。山庄距武夷山机场、火车站和市中心的环岛广场约15公里，乘出租车约20分钟可达。


🏠 住宿：武夷山景区的五星级武夷山悦华酒店（电话：0599-5238999）距武夷山机场、火车站和市中心只有10~20分钟的车程。酒店内装修风格独特，设有不同级别的套房，在每个房间内都能直接观赏到武夷山的自然风光。


🛒 购物：武夷岩茶、笋干、香菇、红菇和蛇制品。


北半球最南的大雪山

Yu long xue shan 玉龙雪山

玉龙雪山位于云南省丽江市玉龙纳西族自治县境内，高山雪域风景位于海拔4000米以上，以“险、奇、美、秀”著称于世，雪山山腰云腾雾绕，远望像一条银白色的巨龙，因此而得名。整座雪山由十三座高峰组成，由北向南呈纵向排列，连绵近50公里，气势磅礴、秀丽挺拔、灿烂如十三把利剑。

 最佳旅游季：秋、冬季

 特色关键词：壮观 圣洁 震撼

 最适合人群：喜欢探险者、热爱大自然的人



▲ 圣洁的玉龙雪山犹如一条长龙，飞舞在北半球之南

历史上的玉龙雪山

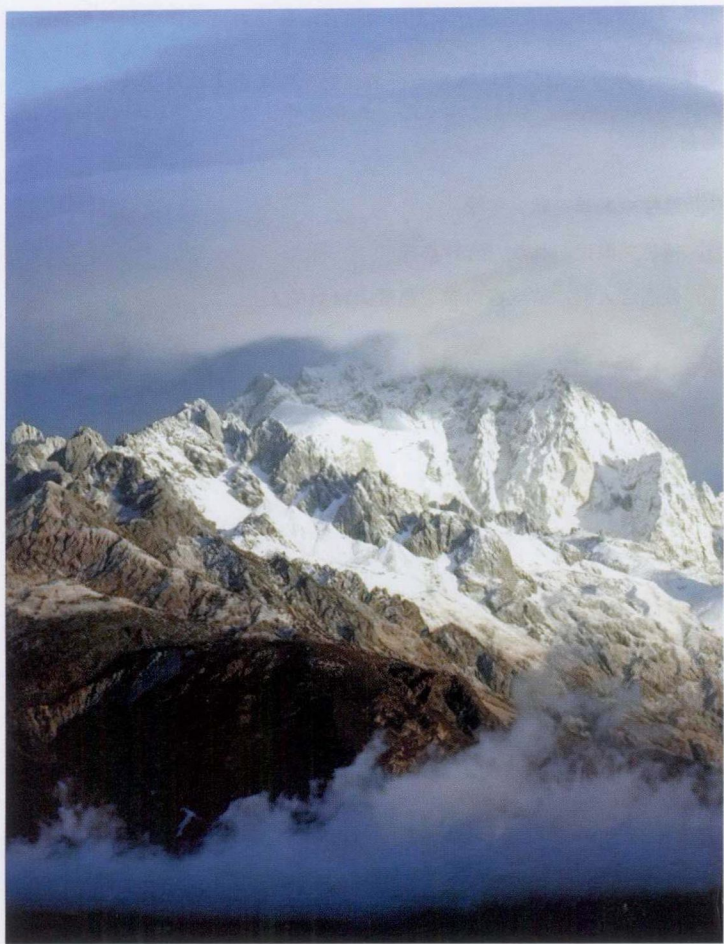
玉龙雪山位于美丽的云南丽江古城西北部，玲珑秀丽而又气势磅礴，是北半球最南端的大雪山，山势陡峭，随着季节的变化而姿态万千，令人赞叹不已。

玉龙雪山的主峰扇子陡海拔近5600米，隔着奔腾的金沙江与哈巴雪山对峙。整座雪山由十三座高峰组成，远远看去，雪山在蓝色天幕的映衬下，仿佛一条玉龙在天边飞

舞，因此得名“玉龙山”。

自古以来，玉龙雪山都是纳西族人民心中的神山，在唐朝南诏国异牟寻统治时期，国异牟寻拜山封岳，封玉龙雪山为北岳。元代世祖忽必烈南巡到丽江时，封玉龙雪山为“大圣雪石北岳安邦皇帝”，至今白沙村的北岳庙依然存在，庭院幽深，映衬着雪山巍峨，令万千朝圣者不绝于途。





▲ 玉龙雪山仿佛一个穿着白纱裙的少女俏立面前，时而白纱遮面，含羞未露；时而又翩翩起舞，风姿绰约

仰望玉龙雪山

玉龙雪山以“险、奇、秀、美”著称，是一个集旅游、观光、登山、科考、探险于一体的综合旅游景点，其中甘海子、白水河等景点历来为人们所钟爱。

凝视雪山的甘海子

甘海子位于玉龙雪山东面，是一片开阔的草甸，行至此处，风景

豁然开朗，心胸仿佛也跟着舒展开来。这样大的一个草甸子给游客提供了一个天然的观景平台。玉龙雪山、扇子陡等山峰横亘眼前，历历在目，仿佛一座巨大的雪山屏障，又仿佛一个穿着白纱裙的少女俏立面前，时而白纱遮面，含羞未露；时而又翩翩起舞，风姿绰约。

甘海子的草甸还是一个天然的大牧场。在春暖花开、百草萌发的

季节，附近的藏、彝、纳西等族的牧民们都要带上毡篷，赶着羊群，来此放牧。雄伟的玉龙雪山，加之周围羊群点点，此景宛如油画般美妙。

“殉情第三国”——云杉坪

云杉坪是玉龙雪山东面的一块山间草地，海拔3000米左右，是纳西族人民心中的圣洁之地，玉龙雪山像一块巨大的玉屏高耸入云，云杉坪环绕其间，郁郁葱葱。云杉坪周围也是树木茂盛，古木参天，仿佛千百年来都沉睡于此，无人来扰。

云杉坪又名“殉情第三国”，是纳西族人心中的圣洁之地，象征着他们对美好爱情的寄托与向往。相传年轻的男女在云杉坪殉情，灵魂会进入第三国，得到美好的爱情与永生的幸福。

温柔秀美的白水河

白水河是位于甘海子与云杉坪之间的一条幽深山谷，山谷内树木茂密，溪水潺潺，山谷底端的那条清澈而甘冽的河就是白水河。白水河的水来自于海拔4000多米的冰川雪原融水，因为河床多以白色大理石以及石灰石组成，使河

▼ 白水河



水呈白色，“白水河”之称也由此而来。

游览白水河，喝一口清凉甘甜的河水，顿时让人神清气爽，不禁感叹造物者的神奇与伟大，也惊愕于巍峨的玉龙雪山还有如此温柔的一面。

典故博士

——一米阳光的美丽传说

相传美丽的纳西族女子开美久命金和青年朱补羽勒盘深深相爱，却遭到朱补羽勒盘父母的坚决反对，不能和至爱之人相守，绝望的开美久命金殉情而死，朱补羽勒盘赶来时，心爱的人却已尸骨俱寒，他十分悲痛，于是燃起熊熊烈火，带着情人尸体一起投入火海，化为灰烬。

开美久命金死后化为风神，并在玉龙雪山山顶上营造了一个情人的天堂，诱惑失意的情人殉情而死。每到秋分的时候，玉龙雪山山顶便会光芒万丈，所有被阳光照耀过的人们都会获得美满的爱情。然而这一举动引起了风神的嫉妒，她便在秋分时使天空乌云密布，人们不能照耀到光芒，也就不能获得美满的爱情。

可是风神的女儿很善良，她同情那些得不到美满爱情的人，于是她就在秋分那天悄悄把遮在云层里的给人们带来希望和幸福的阳光剪下一米，洒在悬崖峭壁上的一个山洞中，让那些渴望得到美满爱情又不惧怕困难的人们得到这一米阳光的照耀，过上美满幸福的生活。



▲ 云杉坪是纳西族人心中的圣洁之地



▲ 传说被玉龙雪山的“一米阳光”所照耀的人，都能获得美满的爱情

tips >>>

👣 怎么去：丽江到玉龙雪山在红太阳广场附近乘坐7路公交车可达，也可包车前往，车费约60~200元/天。

👁️ 观光：玉龙十二景、金沙江、玉柱擎天、冰塔林、蓝月谷、东巴万神园和纳西族民俗风情等。

🍴 美食：鸡豆凉粉、彝族坨坨肉、苦荞粑粑、丽江人参。

🏠 住宿：在丽江古城有很多住宿选择，纳西族和白族人开的传统客栈，普通床位20~60元/人，高档酒店可选择丽江王府酒店和金泉大酒店。

🛒 购物：山珍雪茶、东巴蜡染、东巴挂毯、东巴泥塑、东巴文书法作品。

藏传佛教圣地，
每一个藏人的夙愿

San cheng san shen shan

稻城三神山

稻城三神山位于四川省甘孜藏族自治州稻城县附近，整座山方圆千余平方公里，主体部分是三座完全隔开，但相距不远，呈“品”字形排列的雪峰，分别为海拔6032米的北峰仙乃日、海拔5958米的南峰央迈勇，以及海拔5958米的东峰夏诺多吉。

- 最佳旅游季：春、夏、秋季
- 特色关键词：壮观 静谧 圣洁
- 最适合人群：喜欢入山区探险者

历史上的稻城三神山

稻城三神山位于四川省甘孜藏族自治州稻城县附近，指的是位于稻城的念青贡嘎日松贡布的三座神山。念青贡嘎日松贡布在藏语中的意思为“终年积雪不化的三座护法神山圣地”，三座雪峰相距不远却又完全隔开，呈“品”字形排列。

三神山的佛名为三怙主雪山，三怙主是文殊、观音、金刚手，他们分别对应三神山的央迈勇、仙乃日、夏诺多吉。三神山自古享有盛名，在二十四大佛教圣地中排名第十一位。

“一生当中至少去一次念青贡嘎日松贡布转山朝觐是每一个藏人的夙愿。”三神山以其圣洁之名一直被人们认为是消除罪恶和行善积德的地方，信徒们都相信绕转三神山可以赎罪积德。在19世纪末至20世纪中期，这里曾经上演了一场闹剧般的惨案：当时大量的土匪在这里烧杀抢掠，然后又不断地转山转寺来赎罪。

